



Kilka wskazówek dla rodziców ASa

1. Zespół Aspergera jest zaburzeniem neurorozwojowym, co oznacza, że w wybranych obszarach układ nerwowy osoby z ZA (już od bardzo wczesnych etapów rozwoju) działa inaczej niż u większości osób. W związku z tym dziecko może:
 - **inaczej odbierać otoczenie** (np. problem z selektywnością bodźców czy deficyty uwagi),
 - **inaczej przetwarzać informacje** (np. mieć przekonanie, że wyłącznie ich punkt widzenia jest właściwy, przejawiać trudności z przyjmowaniem innej perspektywy, w tym z rozumieniem emocji innych osób, dosłownie odbierać: wypowiedzi, metafory, żarty),
 - **reagować inaczej** niż rówieśnicy (np. zasadniczo i sztywno trzymać się reguł, reagować dziwnie, nieadekwatnie do sytuacji, działać impulsywnie, mieć trudności z regulacją własnych emocji).
2. Dodatkowo u osób z ZA występuje problem z rozpoznawaniem znaczących gestów społecznych i odczytywaniem mimiki (lub nie zwracają na nie uwagi). To prowadzi do znacznych kłopotów z dostosowaniem swojego zachowania do sytuacji w oparciu o reakcje innych.
3. Osoby z ZA mają trudności z przyjmowaniem perspektywy innych osób, a nawet rozumieniem, że inne osoby mają własną, odmienną od nich, perspektywę (np. gdy sami nie są smutni nie rozumieją, że kolega może być smutny lub gdy coś ich rozbawiło, uważają, że powinno to śmieszyć wszystkich). To z kolei przekłada się na nieprawidłowe interpretowanie zachowania innych osób i trudności z regulowaniem własnego zachowania oraz dostosowaniem go do wymagań otoczenia, czy uporczywym forsowaniem i narzucaniem swojego punktu widzenia. Ma także wpływ na okazywanie empatii: osoby z ZA mogą wydawać się z tego powodu „zimne” i wyrachowane. Wykazują się często sztywnym przestrzeganiem reguł i rutyny (nieadekwatna reakcja na zmiany).
4. **Umiejętności szkolne** - osoby z zespołem Aspergera mają przeciętny (normalny) lub ponadprzeciętny iloraz inteligencji. Wielu uczniów z ZA posiada rozległą wiedzę zwłaszcza związaną z obszarem swoich szczególnych zainteresowań. Mimo wysokich zdolności w zapamiętywaniu faktów, mogą mieć trudności:
 - z rozumieniem treści, zwłaszcza abstrakcyjnych (np. nie potrafią napisać wypracowania o spotkaniu z bohaterem czytanej książki),
 - w planowaniu samodzielnej pracy,
 - w łączeniu informacji w spójną całość.

Zbiór dobrych praktyk

1. Poszanowanie percepcji

Bezwzględnie należy pamiętać, że dzieci ze spektrum inaczej odbierają świat i bodźce – są dużo bardziej wrażliwe na dotyk, hałas, światło, dlatego należy przede wszystkim szanować tą odmienność i uważać na nadmiar bodźców z otoczenia. Często nie jesteśmy świadomi tego, że to, co dla nas jest normalne, dla innych może być wręcz przytłaczające, dlatego nasze akcje powinny być przemyślane, oczywiście w granicach możliwości. Ustal z dzieckiem sposób przywoływania jego uwagi, np. poprzez dyskretne położenie ręki na ramieniu.



2. Nowe sytuacje

Każde zdarzenie, które jest nowością może być stresujące i powodować silny niepokój. Bardzo ważne jest, aby w takich sytuacjach dawać czas dziecku na przywyknięcie do sytuacji, czy do nowych osób, nie spiesząc i wspierając w radzeniu sobie ze stresem i niepokojem.

3. Bezpośredniość

Osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu mają niemałe trudności w odczytywaniu emocji innych ludzi i rozumieniu ich, dlatego nie należy utrudniać im ich spostrzegania. Powinniśmy być w związku z tym bezpośredni w swojej mimice, nie ukrywać swoich emocji, okazywać je w sposób czytelny i przede wszystkim wspomagać w zrozumieniu ich poprzez nazywanie tego, co w danej chwili czujemy.

4. Dwuznaczność

Komunikacja u osób z autyzmem jest słabiej rozwinięta, czasami wręcz zanika, dlatego tak ważne jest, aby mówić językiem zrozumiałym, bez ironii, żartów, metafor, czy dwuznacznych zwrotów – powód jest bardzo prosty – dzieci z Zespołem Aspergera traktują wszystko dosłownie i jednoznacznie. Jest to jeden z powodów, dla których nie reagują na żarty i zaczepki osób dorosłych. Warto jest wspierać komunikację w inne dostępne sposoby, na przykład przy użyciu gestów, obrazków, zdjęć. Unikaj szumu poleceniowego: komunikuj się krótkimi zdaniami, upewnij się, że dziecko rozumie polecenie i nie zakładaj, że dziecko rozumie coś tylko dlatego, że odtwarza to, co usłyszało. Mów o pozytywnych i negatywnych zachowaniach w sposób bardzo konkretny, nie używaj stwierżeń: „jesteś niegrzeczny”, w zamian za to podaj przykład konkretnego zachowania.

5. Przewidywalność

Dzieci mają problemy z otaczającą ich rzeczywistością i zrozumieniem jej – nie rozumieją kolejności zdarzeń, co powoduje stres i niepokój, co oczywiście odbija się na nich negatywnie. Bardzo dobrą praktyką jest pomoc dziecku w przewidywaniu tego, co ma się wydarzyć, zapowiadanie o następnych krokach czy działaniach. Można tworzyć plany dnia i zapisywać kolejność zdarzeń – dzięki rutynie dziecko łatwiej zrozumie otaczającą go rzeczywistość i zdarzenia. Informuj na bieżąco o nadchodzących zmianach w organizacji dnia, zapewnisz mu w ten sposób poczucie bezpieczeństwa.

Literatura:

- „Uczeń z zespołem Aspergera w szkole ogólnodostępnej”, R.Cybulska, J.Dryjańska, K.Gotlin, M. Kłoda, K.Pomorska, A.Pyzikiewicz, ORE, Warszawa 2016
- „Mam dziecko z zespołem Aspergera :) Poradnik dla rodziców” G.Ćałek, H.Łuszczak, H.Jankowska, Polskie Towarzystwo Zespołu Aspergera, Warszawa 2014
- Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom z Ukrytymi Niepełnosprawnościami im. Hansa Aspergera „Nie-grzeczne dzieci”: <http://niegrzecznedzieci.org.pl/>
- Polskie Towarzystwo Zespołu Aspergera: <http://asperger.org.pl/>
- Fundacja Synapsis <https://synapsis.org.pl/>